

# ニンジン 人参

## セリ科

### 参考文献

内田悟（2011），築地のプロ直伝 野菜のメキキ 果物のメキキ NHK出版  
講談社（編）（2013），からだにやさしい旬の食材 野菜の本  
ポプラ社（編）（2011）「旬」がまるごと1月号にんじん 他

### ○多摩青果の主な入荷情報

	色の基準											
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
産地												
北海道												
青森												
茨城												
埼玉												
千葉												
東京												
静岡												
徳島												
輸入												

### ○産地情報・月別情報

収穫する時期によって

「春人参」「春夏人参」「秋人参」「冬人参」と大別される。

4～5月：春人参

徳島が主要産地。冬も温暖な気候と吉野川流域の肥沃な土壌を活かして栽培。

越冬後、春に収穫され、水分を多く含み甘味が強い。

5～7月：春夏人参

西日本から出荷が始まり、東日本へと産地リレーされる。徳島は冬の温暖な気候とビニールハウスの活用で春夏人参も支える主要産地。

青森は冷涼な気候を活かして、春夏人参と秋人参をつなぐ。

千葉はビニールトンネルを活用して栽培している。

8～10月：秋人参

冷涼な気候を活かして北海道が秋人参の大半を占める。90年代初頭から自走式の国産収穫機を使い、広大な畑の大規模栽培を可能にしている。

11～3月：冬人参

千葉が主要産地。土壌がやわらかく水分保持力の高い根菜に適した黒ボク土を活用した露地栽培。冬は全国的に最も生産量が多い。

### ○人参の選び方と保存方法

選び方	軸の切り口が太くないもの。 肩がしっかりと張り、先端に向かってゆるやかに細くなるもの。 側面にあるひげ根が上から下まで一直線のもの。 人参独特の赤みが強く出ているもの。 皮にツヤとハリがあり、肌がなめらかなもの。
保存	生 新聞紙に包み、ポリ袋に入れてから 夏は冷蔵庫野菜室、冬は冷暗所で保存
	冷凍 皮を剥き、いちょう切りや細切りなどにして フリーザバッグに入れて保存

発行：東京多摩青果株式会社 営業開発部開発課

※2019年現在の多摩青果における各産地の情報とおおよその入荷時期です。気象条件等で実際の入荷状況は異なる場合があります。

## ○東洋種と西洋種

人参には東洋種と西洋種の2種類がある。

江戸時代初期に長根の東洋種が日本に渡来してから300年以上は、東洋種が多く栽培され、各地に普及していた。

しかし、甘味が強く短根の西洋種が伝わってからは西洋種が主流となり、現在出回っているほとんどの人参が西洋種となっている。東洋種は、西洋種より肉質が締まり、人参特有の香りが強い傾向にあり、現在市場に流通する東洋系品種は京人参とも呼ばれる「金時人参」が主流。

東洋種は西洋種に比べ、栽培期間が長く、病気に弱い。

### 五寸人参

日本で最も出回っているタイプ。

長さは15～20cm程。

品種改良により甘味が強く、人参特有の強い香りも少ない。

品種：黒田五寸、ベータ、向陽二号など



### 葉付き人参

葉付きの人参は採れたての証拠だが、

保存する場合は、葉に養分が取られる前に葉を切り落とすことが大切。

千葉産は5月のみの入荷。



## ○人参の皮はどこ？



人参の皮は非常に薄皮で、表面にうっすらとある白くて薄い部分。出荷前の洗浄でほとんど取り除かれてしまうことが多い。皮付きのまま、食べることが出来る。

### 金時人参

低温にさらされると、トウ立ち<sup>\*</sup>しやすいので収穫期は冬のみ。長さは30cm程で肉質はやわらかい。中まで色鮮やかな赤みがありおせち料理には不可欠な人参。

<sup>\*</sup>花芽のついた茎が伸びた状態のこと。

トウ立ちすると根が太くならなかったり中がスカスカになってしまう。



### 金美人参

中国系を掛け合わせ派生した黄色い品種。

生でも食べやすく、クセがなく肉質はやわらかい。長さは約20cm程。

12～2月のみの入荷。

